

ВСТУП

Ви тримаєте в руках другу частину моєї книжки*, у якій я, як неадекватна Шахрезада, продовжую відповідати на найпопулярніші запитання жінок, а також чоловіків. У «Чорній книзі» я зібрала ваші листи, повідомлення та есемески, які ви мені надсилали саме вночі. Так, вони відрізняються від денних. У пізній нічний час людина відвертіша, беззахисніша і, як виявляється, відвертіша, ніж удень. Уночі я отримую чутливі, гнівні й дуже емоційні листи.

Наприклад такі.

► «Коли прочитав вашу книжку, відразу зрозумів, що вам бракує сексу. Коли ви зрозумієте, що без сексу люди тупішають і перетворюються на мавп?!»

МАКС, 34 РОКИ

Після прочитання цього листа, склалося враження, що (згідно з цією теорією) у Макса сексу взагалі ніколи не було. Бо так отупіти за 34 роки мало кому вдавалося. Я кілька разів перечитала це послання й подумки звернулася до Дарвіна. Проте навіть сам Чарльз не зміг

* Див також: Краснова Н. 1000 і 1 день без сексу. Біла книга. Чим займалася я, доки ви займалися сексом / пер. з рос. В. Басанець. — Київ: BookChef, 2020. — 288 с.

мені пояснити, яким чином відсутність сексуальних утіх запускає колесо еволюції у зворотний бік. Люди без сексу перетворюються на мавп... Виходить, секс зробив із мавпи людину, а не праця?! Праця тут ні до чого?!

Імовірно, у Макса і прислів'я сучасні.

- Терпінням і сексом усього добудеш.
- Без сексу нема й плода.

Я навіть уявила Макса, який на першотравневій свята іде гордо з плакатом: «МИР! СЕКС! ТРАВЕНЬ!» І у відділі кадрів йому урочисто вручають не трудову, а сексуальну книжку.

Уночі люди відвертіші. Ось іще одне повідомлення, яке я отримала пізнього вечора, коли вже вклала дітей спати й тихо смакувала гарячий чай на кухні, затишно загорнувшись у пухову ковдру.

►► «Відсутність сексу, щоб ви знали, Наталю, робить із нормальної жінки таку, як ви! Злу та закомплексовану бабу, яка лише те й може, що лаятися на всіх! Бо у вас немає сексу! Чому такі, як ми, щасливі дружини та матері, маємо читати ті нісенітниці, що ви пишете? Убийтеся об стіну!»

Іра, 29 років

Якщо секс робить із жінок таких щасливих людей, як Іра, то я не надто хочу ставати такою «щасливою дружиною та матір'ю».

►► «Наталю, прочитала вашу першу книжку. Дякую вам, я так давно не сміялася над собою та над своїм життям. Не знаю, чому люди вважають, що ви пишете поради. Я бачу легке читво для адекватних людей. Хоча ні. Дещо я засвоїла: волю навчитися так само легко та з гумором ставитися до людей, ситуацій і до себе».

Настя, 31 рік

Якщо потрібні поради, тоді вам до великого та жахливого Дейла Карнегі. Скільки років минуло, а його бестселер «Як подолати неспокій і почати жити»* й дотепер популярний. А якщо потрібно посміятися над життям інших людей, зокрема і над моїм, тоді читайте цю книжку.

А ще у цій книжці наприкінці кожного розділу також є поради психологів, вони знімають з мене відповідальність бути розумною тітонькою.

Бо я була різною: пришелепуватою, хамовитою, веселою, знедоленою, закоханою, зрадженою, заміжньою, розлученою з дітьми. Я була різною. Та розумною я ніколи не була. Імовірно, це мене об'єднує з дівчатами та жінками всього світу: я спочатку відчувала, а вже потім думала. А іноді спочатку відчувала, а потім знову відчувала.

Усім дівчаткам від 13 до 93 років я їй присвячую цю книжку.

Приємного читання!

* Карнегі Д. Як подолати неспокій і почати жити / пер. з англ. І. Іванченко. — Київ: КМ-букс, 2017. — 352 с.

ЧИ Є ЖИТТЯ ПІСЛЯ РОЗЛУЧЕННЯ

► «Давно маю бажання розлучитися з чоловіком (у нас із ним чотирирічна донька), але страх невідомого зупиняє. Здається, що ліпше зачекати. Потерпіти. Не такий він уже й відразливий зрештою. Може, ліпше розлучитися, коли доньці виповниться 14? Просто ще 10 років жити з нелюбом...

Розкажіть, чи є життя після розлучення? Дивлячись на вас, бачу, що є. Та хотілося б деталей: до чого бути готовою?»

Алла, 32 роки

До розлучення, як до смерті, дзуськи підготуєшся! Звісно, ти можеш читати відповідну літературу, відвідувати тренінги щодо відходу в інший світ, збирати гроші на своє поховання, однак підготуватися до смерті не можна. З розлученням так само.

Я виросла у повній родині. Навіть більше, ніхто з найближчих родичів ніколи не розлучався. Тому, поставивши свій автограф у РАЦСі, я була певна, що це «разом і до скону». Для мене розлучення не було мов громовиця з чистого неба. Я сама почала просити розлучення, читати статті про розлучення, дізнаватися, які документи потрібні, куди подавати заяву, слухала лекції психологів «Як пережити розлучення». Спеціально гучно слухала, щоб чоловік, який днями дивився серіали

у сусідній кімнаті, також слухав. А потім ми розлучилися. Здавалося б, баба сама просила про розлучення, баба отримала розлучення, баба має полегшено видихнути, почати нове життя й радіти. Проте тоді це була б не баба, а чоловік. Я страждала після розлучення ще два роки.

Життя після розлучення катастрофічно схоже на життя після смерті у давньогрецькому епосі: спершу ти потрапляєш до перевізника Харона, який за гроші (держмито та інше) перевозить на інший бік. А ось на тому боці починається все найвеселіше. І зараз я вас познайомлю з язичницькими чудовиськами, які чекають на вас на тому боці розлучення.

ТОВАРИШІ ДРУЗИ

Не варто дивуватися, що після вашого розлучення з чоловіком почнеться банальний поділ друзів. Мов на війні розподіл союзників. Хтось перебіжить на ваш бік, хтось — на його. Хтось утримається — й через це потрапить у немилість і до нього, і до вас. Так. Це дитячий садок. І до цього дитячого садка ви маєте бути готовими, аби вашій свекрусі не довелося вислуховувати дитяче лепетання на тему: «Тамаро Аскольдівно! А Сашко мені пісюна показав під час сну й сказав, що клав він на ваші з ним стосунки!»

Після розлучення друзів у тебе стане менше. Я, наприклад, припинила спілкуватися з Юлькою. І не тому, що вона стала на бік мого колишнього чоловіка. Навпаки, Юлька хваткою бульдога вчепилася в тему розлучення, визвірилася й гучніше за всіх гавкала у бік мого колишнього. Кожна наша зустріч з Юлькою починалася з її жалісливого: «Ну він хоч з дітьми бачиться?» та закінчувалася чимось на кшталт: «Я замовлю КамАЗ гною, і він вивантажить це все лайно на його машину!» Стало зрозуміло, що забути колишнього я зможу, лише розійшовшись з усіма друзями, які нагадували мені про

мій перший шлюб. Навіть якщо ці друзі на моєму боці. Тим паче якщо на моєму.

Згідно з дослідженнями соціологів, після розлучення людина втрачає в середньому вісім друзів. Це неминуче.

ПРИБИРАННЯ

Щойно усвідомивши, що мій шлюб пішов на дно, як горезвісний «Титанік» із симфонічним оркестром та Ді Капріо на борту, замість сумовитої апатії я чомусь впала в істерику. Багато жінок, після того як їх покидає чоловік, просто сидять і дивляться на стіну. Я також трохи посиділа й подивилася на стіну, а побачивши обшарпані шпалери, вирішила негайно розпочати ремонт. Неначе квартира після ремонту не нагадуватиме мені про минулі стосунки. Я обідрала всі шпалери, викинула штори, винесла на смітник старі речі (свої та колишнього).

Коли я вийшла втретє з великим оберемком одягу, помітила, що швидкі безхатки вже порпалися у моїх речах і витягли мій оксамитовий зелений плащ та безформні в'язані кофти, але не чіпали розвішані на смітєвих баках речі колишнього. «Ага! — раділа я. — А чоловік мені казав, що я негарно вдягаюся. А ось і ні. Мої речі сподобалися комусь більше, ніж його ганчір'я!» Через дві хвилини я вже сиділа на підвір'ї й плакала через те, що мої речі оцінили лише безхатки. І, ймовірно, незабаром я сама стану безхатком. І носитиму свої ж речі, підібрані на смітнику.

Після розлучення хочеться все глобально змінити: хтось обмежується новою зачіскою, хтось ремонтом, хтось зміною роботи, хтось все продає й переїздить жити до іншої країни. Мені вистачило ремонту. Та ліпше зробила б нову зачіску — все ж таки дешевше.

І тут ми підходимо ще до одного пункту...

ПАНІ ДЕПРЕСІЯ

Перший місяць виявився найскладнішим. Хотілося ридма ридати. Знайшла стару шкарпетку колишнього чоловіка, яка прилипла до центрифуги, — привід ридати. Посмажила картоплю на ніч, згадала, як він ненавидів усе, що я готую, — привід ридати. У школі на батьківських зборах повідомили, що наступного тижня святкуватимуть День тата, — привід поринути в затяжну депресію.

Через два місяці я знайшла під ванною старі парфуми колишнього чоловіка, зморщилася, згадала, як блювала від цього запаху під час вагітності. Викинула парфуми. Згадала, що мені подобаються інші запахи чоловічих парфумів. Несподівано зраділа! Депресія почала відступати на другий план, а на перший план вийшов...

ПАН ПРОМІСКУЇТЕТ

Я подумки склала список усіх чоловіків, з якими мені забороняв спілкуватися чоловік. Після чого в соцмережах навмисно показово виклала якийсь трагічний пост з чорно-білою світлиною та підписом: «Ну ось і сходила заміж» й зазначила роки життя нашого шлюбу під фото, як на могильній плиті.

Того самого вечора мені зателефонував Макс — той, що зі списку «заборонених чоловіків». Знаєте, це як список заборонених продуктів, який видає тобі лікар після гемокоду, і ти з подивом запитуєш:

- І картоплю також не можна?
- Категорично ні.
- І огірки?

— І огірки. Ну, окрім одного ось цього огірка. А решту видів огірків не можна, — суворо мовить лікар. — Інакше вас рознесе.

І ти розумієш, що решту життя сидітимеш на одному-єдиному огіркові. «Заборонений список» складає лікар і вимагає від тебе не тягнути до рота ті продукти, які вказані у цьому горезвісному списку. Лише лікар, на відміну від чоловіка, не читає твоє листування, не стежить за тобою на вечірках, не запитує підозріло: «Що це за ковбаса? Ти її їла?» Лікар не впадає з горя у безтямне пияцтво, якщо ти просто понюхала щось із «забороненого списку».

Так ось, Максим зателефонував того самого вечора:

— Я щойно глянув твій пост... — нерішуче почав Макс. — Ти розлучилася з чоловіком?

— Так.

— Круто! То... Виходь!

— Максе, я від цього розлучення ще не отямилася. Я не можу так відразу... Ми навіть з тобою не цілувалися...

— Я не про одруження, Краснова! З під'їзду виходь!

Ішов сніг. Макс стояв біля під'їзду у якомусь дивакуватому пуховику зі жмутком соснових гілок у руці.

— Це тобі... Я не знайшов уночі квітів. Я приніс би квіти, присягаюся... Проте не знайшов... А соснові гілки... на смітнику підібрав. Імовірно, хтось викинув після Нового року...

Не знаю, чому я це зробила. Може, тому, що навколо панував новорічний настрій. Може, тому, що Макс був таким відвертим і ніжно усміхався. Може, тому, що я завжди хотіла поцілувати Макса, але раніше сімейні пута забороняли мені навіть наблизитися до нього. Може, тому, що Макс сам притягнув мене до себе та припав своїми теплими устами до моїх. Потім ми цілувалися у ліфті, потім на сходах дев'ятого поверху. Потім був секс біля сміттєпроводу. Від сміттєпроводу пахло протухлим олів'є, від пальців Макса — сосновими гілками, від мене — щастям.

Чи стало мені легше після цього? Так, стало. Після цього фрази, кинута моїм колишнім чоловіком на прощання: «Та кому ти потрібна, ти себе бачила?» — припинила сидіти болючою полудою у моєму запаленому еґо.

ЩО КАЖУТЬ ПСИХОЛОГИ

Після розлучення здається, що життя — це поле битви, на якому нещодавно відбувалися воєнні дії. Особливо важко, якщо діти вже виростили, а юність залишилася позаду. Звичний світ рухнув, і що будувати на його місці — не зрозуміло.

Головне, не пустіться у всі заставки чи в чергові стосунки. Змініть зовнішність. Ліпше знайдіть нове хобі, ведіть активний спосіб життя, робіть те, що приносить радість та підвищує самооцінку.

ЩО КАЖУ Я

Як на мене, секс — це і є нове заняття, яке приносить радість і чудово підвищує самооцінку. Та ви мене не слухайте. Я ж пришелепувата. Слухайте розумних психологів.